

Hvor foregår det?

Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre

Hvis du vil tilmelde dig eller vide mere

Henvendelse hos gruppeleder og psykoterapeut:

Josefine Diederichsen

Telefon 26146689
Mail josefine@diederichsen.dk

Se www.sundhedscenter.hvidovre.dk



Find os på Facebook
Hvidovre Sundhedscenter



Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre
Tlf: 36 39 37 37
Sundhedscenter@hvidovre.dk

Åbningstider:
Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00
Torsdag kl. 8.00-17.30
Fredag kl. 8.00-14.00

Sundhedscenteret 5/2021

FRIRUM TIL AT VÆRE DIG

Gruppe for unge, som har en forælder med en demenssygdom



Gruppe for unge

At have en forælder med en demenssygdom kan være meget hårdt, og det kan være svært, når forholdet til ens mor eller far forandrer sig pga. sygdommen.

Mange unge oplever, at det giver en masse godt at være sammen med andre, der er i samme situation, og i gruppen "Frirum til at være dig" er der mulighed for at snakke med andre om dét, du oplever og måske er bekymret for. I gruppen kan I også give hinanden idéer til at tackle hverdagen med en demenssyg far eller mor, og du kan få svar, hvis du har spørgsmål om sygdommen.



Hvem kan deltage?

Gruppen er for dig, der er teenager eller i 20'erne, og som har en forælder med en demenssygdom. Du eller din demenssyge forælder skal bo i Hvidovre.



Hvad er rammen for tilbuddet?

- Gruppen er en samtale- og netværksgruppe - ikke en egentlig terapigruppe. Det vigtige er, at du og de andre i gruppen får snakket og lært hinanden at kende – og at der også er plads til at have det sjovt.
- Inden du begynder i gruppen, har du en samtale med gruppens terapeut.
- Gruppen mødes ca. hver 6. uge i 2 timer.
- Gruppen er en åben gruppe, hvor der hele tiden kan komme nye til.
- Møderne bliver ledet af en terapeut, som er vant til at arbejde med børn og unge og en ung frivillig, der selv har en forælder med demenssygdom og har været med i en lignende gruppe.
- En gang imellem vil kommunens demenskoordinator være med og svare på dine og de andres spørgsmål om demens.
- Det er vigtigt for gruppen, at du prioriterer møderne og melder afbud, hvis du ikke kan komme.
- Det er gratis at være med i gruppen.